Утверждаю

Заведующий
МБДОУ детский сад "Рыбка"
_____ /Зеленина Л.Н/

МЕНЮ

9 апреля 2024 г.

1-3 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,16	6,65	24,59	179,21	0,3
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,28	2,58	15,31	89,55	0,0
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,0
Итого			**366**	**6,44**	**9,23**	**48,30**	**302,36**	**0,4**
II Завтрак								
2012	401	СНЕЖОК	180	3,24	1,80	7,56	72,00	0,1
Итого			**180**	**3,24**	**1,80**	**7,56**	**72,00**	**0,1**
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	40	3,17	4,00	6,02	72,86	2,7
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	200	5,04	6,28	11,65	123,87	8,4
2008	345	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	150	9,92	15,66	9,96	222,80	26,1
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	180	0,31	0,10	29,11	119,91	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,0
Итого			**630**	**22,72**	**26,49**	**84,51**	**671,68**	**37,5**
Уплотненный полдник								
2008	196	ПУДИНГ РИСОВЫЙ	150	16,30	14,54	29,83	318,07	0,2
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,1
2008		ФРУКТ	100	0,90	0,20	8,09	42,93	59,9
Итого			**410**	**17,28**	**14,78**	**44,75**	**389,00**	**60,2**
Вечерний чай								
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,07	0,27	19,78	86,67	1,6
Итого			**230**	**1,91**	**1,26**	**42,97**	**192,87**	**1,6**
Всего				**51,59**	**53,56**	**228,09**	**1 627,91**	**100,0**